



健康ひろばで

いつまでも「げんき、に！」

いわみざわ健康ひろば
 所在地 3西4 第2ポルタビル1階
 開館時間 午前10時～午後5時
 休館日 日曜日、祝日、年末年始
 駐車場 利用時間内は無料（であえーる岩見沢駐車場）

健康づくりの拠点施設として、平成29年4月にオープンしたいわみざわ健康ひろば。皆さん利用したことはありますか？
 健康ひろばでは、がん検診などが受診できるほか、待ち合わせやバスを待っている間など、ちょっとした空き時間にも気軽に健康チェックをすることができます。
 いつまでも「げんき、に」暮らすため、健康ひろばを利用してみませんか？
 問合先 岩見沢保健センター（4西3 であえーる岩見沢3階）
 ☎ 25-5540



健康チェック 無料

NEW あたまの元気度チェック



ランダムに表示された数字の小さい順にペグ（杭）を挿入するスピードで、あたまの元気度を測定します

約2分で測定

NEW 脚の筋力測定



椅子から立ち上がる動作で、脚の筋力とバランスを測定します

約2分で測定

骨健康度測定



約40秒で測定

骨の強さを測定し、同年代の結果と比較できます

体組成測定



約1分で測定

体重や筋肉量、体脂肪量のほか、体水分量やたんぱく質量なども測定できます

血圧測定



約50秒で測定

最高血圧、最低血圧、脈拍を測定できます

肌年齢測定



約40秒で測定

肌の年齢を測定できます



健康チェックの日 無料

健康測定の結果をもとに、保健師や管理栄養士がアドバイスします。
 日程 1月4日(火)・25日(火)
 時間 午前10時～午後5時
 ※歯科相談は正午まで。

健康ポイント 2ポイント

健康チェックの日は毎月行っています！日程は、毎月の広報いわみざわをご覧ください

